

# Astrologische Analyse Wellness Kurzform

Michael J. Fox (Michael Andrew Fox)  
09.06.1961 - 00:15 Uhr MST  
Edmonton AB

Sonnenzeichen: Zwilling  
Mondzeichen: Stier  
Aszendent: Wassermann



## Inhalts- verzeichnis

Deckblatt	1
Inhaltsverzeichnis	2
Horoskopgrafik	3
Aspektgrafik / Daten	4
Vorwort	5
Sonne in den Zeichen	5
Sonne in den Häusern	6
Mond in den Zeichen	6
Mond in den Häusern	7
Venus in den Zeichen	7
Venus in den Häusern	8
Sonne in Zwillinge - Durst nach Wissen	8
Sonne in Haus 4 - Das Leben im Fluss halten	9
Mond in Stier - das Gefühl der Zugehörigkeit	9
Mond in Haus 2 - Mit Sicherheit ein gutes Gefühl	11
Venus in Stier - in Gemeinschaft sein	11
Venus in Haus 2 - der Platz in der Gemeinschaft	12
Nachwort	13

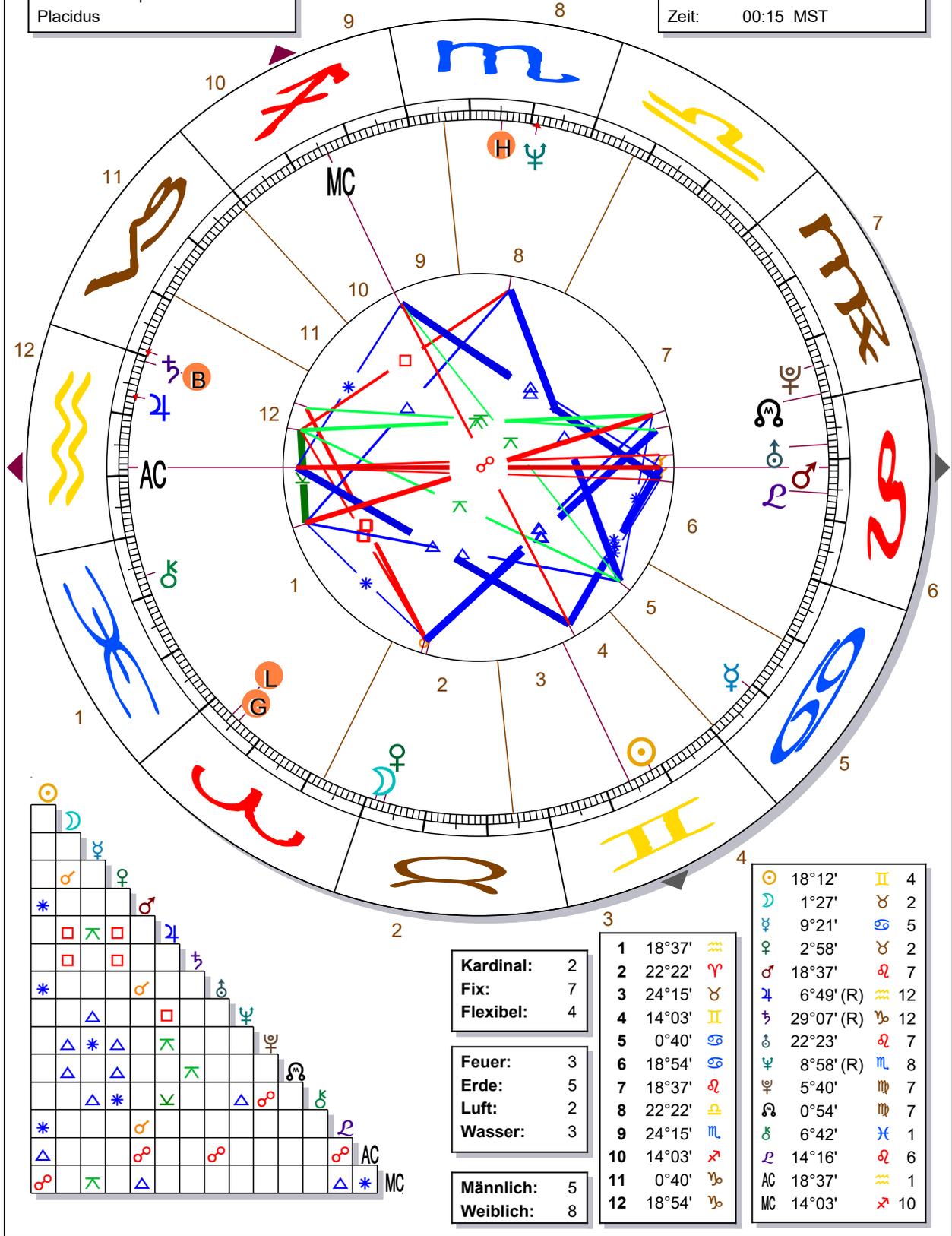
**Michael J. Fox**  
**(Michael Andrew Fox)**

**Edmonton AB**

Länge: 113°28' W Breite: 53°33' N

Radixhoroskop  
Placidus

Datum: 09.06.1961  
Zeit: 00:15 MST



**Michael J. Fox**  
**(Michael Andrew Fox)**

**Edmonton AB**

Länge: 113°28' W Breite: 53°33' N

Radixhoroskop  
Placidus

Datum: 09.06.1961  
Zeit: 00:15 MST

**Planeten-Stellungen**

☉ Sonne	18°12'	♊ Zwilling	Haus 4
☾ Mond	1°27'	♉ Stier	Haus 2
☿ Merkur	9°21'	♋ Krebs	Haus 5
♀ Venus	2°58'	♉ Stier	Haus 2
♂ Mars	18°37'	♌ Löwe	Haus 7
♃ Jupiter	6°49' (R)	♈ Wassermann	Haus 12
♄ Saturn	29°07' (R)	♏ Steinbock	Haus 12
♅ Uranus	22°23'	♌ Löwe	Haus 7
♆ Neptun	8°58' (R)	♏ Skorpion	Haus 8
♇ Pluto	5°40'	♍ Jungfrau	Haus 7
♁ mKnoten	0°54'	♍ Jungfrau	Haus 7
♄ Chiron	6°42'	♐ Fische	Haus 1
♁ Lilith	14°16'	♌ Löwe	Haus 6
AC Aszendent	18°37'	♈ Wassermann	Haus 1
MC Medium Coeli	14°03'	♐ Schütze	Haus 10

**Häuser-Stellungen**

1	18°37'	♈ Wassermann
2	22°22'	♈ Widder
3	24°15'	♉ Stier
4	14°03'	♊ Zwilling
5	0°40'	♋ Krebs
6	18°54'	♋ Krebs
7	18°37'	♌ Löwe
8	22°22'	♎ Waage
9	24°15'	♏ Skorpion
10	14°03'	♐ Schütze
11	0°40'	♏ Steinbock
12	18°54'	♏ Steinbock

**Quadranten**

Quadrant 1	3	☾ ♀ ♂
Quadrant 2	3	☉ ♀ ♁
Quadrant 3	5	♂ ♂ ♁ ♁ ♁
Quadrant 4	2	♃ ♄

**Elemente**

Feuer	3	♂ ♂ ♁
Erde	5	☾ ♀ ♄ ♁ ♁
Luft	2	☉ ♃
Wasser	3	♀ ♁ ♂

**Qualitäten**

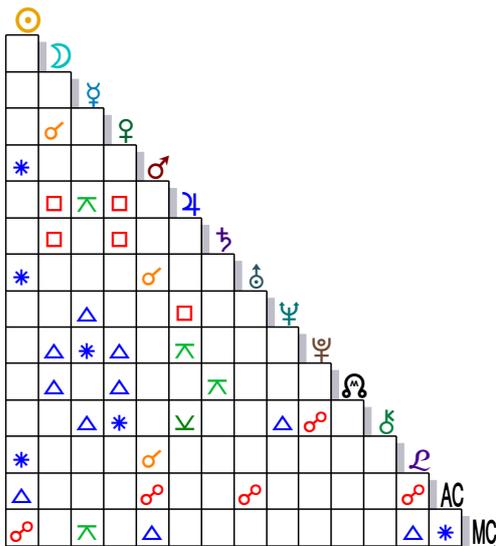
Kardinal	2	♁ ♄
Fix	7	☾ ♀ ♂ ♃ ♂ ♁ ♁
Flexibel	4	☉ ♁ ♁ ♂

**Männlich / Weiblich**

Männlich	5	☉ ♂ ♃ ♂ ♁
Weiblich	8	☾ ♀ ♀ ♄ ♁ ♁ ♁ ♂

**Aspekte**

♂ ♁ AC	+0°00'	♃ ♁ ♂	+0°08'	♁ ♁ MC	+0°13'
♀ ♁ ♁	+0°22'	☉ ♁ AC	+0°24'	☉ * ♂	+0°24'
☾ ♁ ♁	+0°33'	♁ ♁ ♂	+1°01'	♃ ♁ ♁	+1°09'
☾ ♂ ♀	+1°31'	♄ ♁ ♁	+1°47'	♀ ♁ ♁	+2°03'
♃ ♁ ♁	+2°09'	♀ ♁ ♂	+2°17'	☾ ♁ ♄	+2°20'
♀ ♁ ♃	+2°31'	♀ ♁ ♂	+2°39'	♀ ♁ ♁	+2°43'
♀ * ♁	+3°40'	♀ * ♂	+3°44'	♂ ♂ ♂	+3°46'
♁ ♁ AC	+3°47'	♀ ♁ ♄	+3°50'	♀ ♁ ♃	+3°52'
☉ * ♁	+3°56'	☉ ♂ MC	+4°09'	☉ * ♂	+4°11'
☾ ♁ ♁	+4°13'	♁ ♁ AC	+4°20'	♂ ♂ ♁	+4°21'
AC * MC	+4°33'	♂ ♁ MC	+4°33'	♀ ♁ MC	+4°43'



**Legende**

- ♂ Konjunktion
- ♁ Halbsextil
- ♁ Halbquadrat
- \* Sextil
- Q Quintil
- Quadrat
- △ Trigon
- ▢ Sesquiquadrat
- β Biquintil
- ♁ Quincunx
- ♁ Opposition

**Planeten**

- ☉ Sonne
- ☾ Mond
- ☿ Merkur
- ♀ Venus
- ♂ Mars
- ♃ Jupiter
- ♄ Saturn
- ♅ Uranus
- ♆ Neptun
- ♇ Pluto
- ♁ mKnoten
- ♄ Chiron
- ♁ Lilith
- AC Aszendent
- MC Medium Coeli

**Zeichen**

- ♈ Widder
- ♉ Stier
- ♊ Zwilling
- ♋ Krebs
- ♌ Löwe
- ♍ Jungfrau
- ♎ Waage
- ♏ Skorpion
- ♐ Schütze
- ♏ Steinbock
- ♈ Wassermann
- ♐ Fische

## Vorwort

Ein Horoskop ist ein komplexes Gebilde aus vielen Aspekten, die miteinander vernetzt sind und sich gegenseitig beeinflussen, so wie Ihr Körper mit all seinen Funktionen. Ein einzelner Einfluss wirkt sich verändernd auf das ganze System aus. Das sollten Sie bedenken, wenn Sie im folgenden die einzelnen Textbausteine zu Ihrem Horoskop lesen. Sie beschreiben quasi die Zutaten, die, für sich genommen, anders schmecken als der Kuchen, den Sie daraus backen.

In dieser Kurzanalyse Ihres Wellness-Typs ist eine kleine Auswahl aus dem Gesamtkomplex getroffen worden, die Ihnen einen Eindruck von den Aussagemöglichkeiten der astrologischen Sprache vermitteln wollen, wie Sie die Chancen und Herausforderungen wahrnehmen können, um Ihre individuellen Bedürfnisse mit Ihrer Umwelt zu harmonisieren. Die Kurzanalyse ist in sechs Rubriken unterteilt:

1. Was Sie brauchen, um sich in der Welt wohl zu fühlen - Der Mond in den Zeichen.
2. Wie Sie sich in die Welt eingebettet erleben - Der Mond in den Häusern.
3. Was Sie von sich brauchen, um sich aktiv an der Gestaltung der Welt zu beteiligen - Die Sonne in den Zeichen
4. Wie Sie mit sich selbst umgehen sollten, damit Sie über genügend Kraft zur Durchsetzung Ihrer Bedürfnisse haben - Die Sonne in den Häusern.
5. Was Sie brauchen, um sich mit Ihrer Umwelt in Harmonie zu fühlen - Die Venus in den Zeichen.
6. Wie Sie sich selbst in der Umwelt platzieren können, um in Harmonie mit ihr zu leben - Die Venus in den Häusern.

Nehmen Sie für Ihre eigene Selbsterforschung alle Beschreibungen als Anregungen und nicht als Festlegungen und verstehen Sie die angeführten Beispiele als sinngemäß und übertragen Sie sie auf Ihre spezielle Situation. Sie haben immer viel mehr Potential und zahlreichere Facetten, als hier zum Ausdruck kommen kann. Die Texte sind im Sinne Ihres bestmöglichen Potentials formuliert und möchten Sie ermuntern, nicht in Problemen, sondern in Lösungen zu denken.

## Sonne in den Zeichen

Dies entspricht Ihrem bekannten "Sternzeichen". Wenn es darum geht, sich im Gleichgewicht zwischen inneren Bedürfnissen und äußeren Anforderungen zu befinden, zeigt uns die Sonne im Zeichen, was wir allgemein brauchen, um uns sicher im Auftritt beim Durchsetzen unserer Bedürfnisse zu fühlen. Sie zeigt unsere allgemeine Art und Weise, in der Welt zu handeln und so Einfluss auf sie zu nehmen.

Um diese Fähigkeiten zu stärken, vermittelt uns die Sonne in den Zeichen einen Eindruck davon, welche Qualitäten wir benötigen, um ein souveränes Auftreten zu ermöglichen, und zwar gerade in körperlicher Hinsicht. Sie finden hier also Tipps und Hinweise, wie Sie mit Ihren ureigenem Handlungspotenzial kreativer umgehen können.

## Sonne in den Häusern

Die Sonne in den Häusern zeigt uns allgemein die Lebensbereiche an, in denen wir am ehesten von den Energien der Sonne in Kontakt treten können und von denen wir deshalb am meisten profitieren. Wenn es darum geht, eine Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und der Umwelt zu schaffen, gibt uns diese Konstellation darüber Auskunft, wie wir unsere körperliche Energie am besten zum Einsatz bringen können, um uns in unserer Haut wohl zu fühlen und einen guten Eindruck nach außen zu machen. Deshalb finden Sie hier insbesondere Tipps und Hinweise zu körperlicher Fitness und Bewegung.

## Mond in den Zeichen

Das Mond-Zeichen gibt uns Auskunft darüber, wie wir uns ganz allgemein in die Welt eingebettet fühlen, welche "Brille" wir aufhaben (ohne dass es uns bewusst sein müsste), wenn wir in die Welt hinausblicken. Er gibt eine Grundstimmung an, mit der wir in der Welt zu leben pflegen. Für die Bestimmung des Wellness-Typen ist die Mondstellung von besonderer Bedeutung, denn sie hat die größte Aussagekraft darüber, was wir wirklich brauchen, um uns im Einklang mit uns selbst zu fühlen. In der Praxis hat sich bewährt, diese Grundeigenschaften des Mondzeichens durch die Anwendung von Farben zu stabilisieren und zu fördern. Sie finden hier also Hinweise zu den einzelnen Farben, die Ihnen gut tun und Ihr Wohlbefinden stärken.

Hinweise zur Anwendung der Farben:

In der Umgebung: Wer sich mit Gegenständen und Accessoires aus der Palette der jeweils vorgeschlagenen Farben umgibt, wird schon bald die entsprechende Stimmung spüren. Dies können Bilder oder Poster an der Wand sein, aber auch eine kleine Skulptur auf dem Nachttisch, der Briefbeschwerer auf dem Schreibtisch, der Türkranz, eine Schale mit bunten Steinen, ein Blumenstrauß oder andere Dekostücke, die Ihnen gefallen. Achten Sie bei der Wahl darauf, dass die Farben des Gegenstandes das Hauptaugenmerk auf sich ziehen und nicht so sehr seine Form oder sein Inhalt - und stellen Sie ihn an einer augenfälligen Stelle des Zimmers auf, in dem Sie die entsprechende Atmosphäre erzeugen wollen, so dass Sie ihn, so oft Sie wollen, ansehen können.

In der Kleidung: Es ist kein Geheimnis, dass die Farben unserer Kleidung unser Verhältnis zur Umwelt prägen und damit unser Verhalten und die Stimmungen in unserer Umwelt beeinflussen können. Wenn Sie im Sinne der vorgeschlagenen Farben Einfluss nehmen möchten, wählen Sie entweder gezielt eine Hose, eine Bluse, einen Rock oder einen Schal etc. in den entsprechenden Farben aus. Farben, die nicht so dominant in Erscheinung treten sollen sind besser geeignet für Accessoires und Schmuckstücke, z.B. eine Kette, ein Armband oder ein Tuch, während andere Farben den Grundton der Kleidung ausmachen können.

Das Lichtbad: Nehmen Sie ein Lichtbad! Dazu besorgen Sie sich handelsübliche Farblampen in den gewünschten Farben - zumeist werden sie in den Grundfarben Gelb, Rot, Grün und Blau angeboten. Oder Sie nehmen eine normale Lampe und bringen an ihr einen Farbfilter, z.B. eine Farbfolie an. Dann wählen Sie sich einen Raum aus, in dem Sie für eine Viertelstunde ungestört zubringen können. Diesen Raum tauchen Sie in farbiges Licht - entweder einfarbig oder auch mehrere Farben mit verschiedenen Lampen. Am besten sind Stehlampen geeignet, deren Lampenkopf Sie so drehen können, dass er Ihren ganzen Körper bestrahlen kann. Legen oder setzen Sie sich dann bequem hin, wenn Sie möchten auch ganz ohne Bekleidung, und entspannen Sie sich. Vielleicht wählen Sie dazu eine passende Musik oder ein Duftöl aus, um die Stimmung zu intensivieren.

## Mond in den Häusern

Die Stellung des Mondes in den Häusern eröffnet uns jenen Lebensbereich, in dem wir uns wohlsten fühlen und zu dem wir deshalb (mehr unbewusst als bewusst) immer wieder hingezogen fühlen. Am deutlichsten spüren wir diesen Bereich dann, wenn ihm etwas fehlt, wir also eine Mangelsituation haben. Deshalb beschäftigt sich diese Konstellation mit der seelischen Seite unserer Persönlichkeit und worauf wir achten müssen, um das seelische Gleichgewicht aufrecht zu erhalten. Tipps und Hinweise, wie Sie den inneren Mangel, so Sie ihn verspüren, beheben können, führen Sie wieder zu einem harmonischen Verhältnis zwischen Innen und Außen.

## Venus in den Zeichen

Die Venus in den Zeichen zeigt uns, was wir allgemein über unser Umwelt empfinden, wie wir sie sehen, was wir von ihr erwarten und welche Qualitäten wir brauchen, um uns wohl zu fühlen. Im Gegensatz zum Mond ist die Venus schon deutlicher auf bestimmte Dinge und Menschen ausgerichtet - sie kann unterscheiden und bestimmte Vorlieben und Abneigungen besser ausdrücken. Dadurch sind natürlich Konflikte schon programmiert, denn nicht immer mag das, was wir für schön und gut empfinden auch den Vorstellungen unserer Umwelt entsprechen. Deshalb liegt hier ein großes Potenzial aus dem Gleichgewicht zu geraten. Doch wenn wir Venus betrachten, kommen wir nicht umhin, uns als Bestandteil der Umwelt zu erleben. D.h. in der Praxis, dass zur Wiederherstellung eines inneren Gleichgewichts immer auch die Situation der Umwelt miteinbezogen werden muss. Darauf zielen auch die Tipps und Hinweise zu dieser Konstellation ab: Sie zeigt Ihnen, was Sie wirklich wollen, um sich besser einbringen zu können. Es hat sich herausgestellt, dass es bestimmte Pflanzen und Gewürze gibt, die diesen positiven und kreativen Zugang zur Umwelt stimulieren und uns in Einklang mit unseren eigentlichen Bedürfnissen bringen. Hier finden Sie eine kleine Auswahl davon.

## Venus in den Häusern

Die Stellung der Venus in den Häusern bringt uns mit dem Lebensbereich in Kontakt, zu dem wir die größte Affinität haben und der deshalb unser bevorzugter Zugang zu Umwelt darstellt. Diese Konstellation zeigt uns, wie wir am besten von unserer Umwelt profitieren können und wo die wichtigsten Herausforderungen auf uns warten. Auch vermittelt sie uns einen Eindruck davon, auf welche Weise wir am besten im Umgang mit unserer Mitwelt lernen können, wie wir vollständiger werden und herausfinden können, was uns zum glücklich sein noch fehlt. Ein hervorragender Weg, sich dies bewusster zu machen, ist die Ernährung, denn auch hier stellen wir einen Kontakt zur Umwelt her und profitieren von ihr, um an ihr zu wachsen, aber auch um unsere eigene Lebensqualität zu verbessern. Der bewusste Umgang mit Lebensmitteln, insbesondere mit Obst und Gemüse, verhilft uns, die Dynamik zwischen Innen und Außen besser zu verstehen. Deshalb finden Sie hier eine Auswahl an Früchten, die ganz besonders gut geeignet sind, Ihren Umgang mit der Welt ins Gleichgewicht zu bringen.



## Sonne in Zwillinge - Durst nach Wissen

**A**ls **Zwillinge** werden Sie von einer Lust nach neuen Dingen und der Vielfalt der Welt angetrieben. Im Grunde gibt es nichts, was Sie nicht zu interessieren vermag. Und wenn der Tag nicht eine begrenzte Stundenanzahl hätte und auch körperliche Bedürfnisse wie Essen, Trinken und Schlaf ihr Recht forderten, würden Sie auf Ihrer unermüdlichen Entdeckungsreise nach immer Neuerem und Aktuellerem niemals zur Ruhe kommen. Beweglichkeit ist deshalb Ihre Stärke und da Sie sich nicht gerne spezialisieren, verfügen Sie über eine große Flexibilität. Ihr Leben wird vom Puls der Zeit in Bewegung gehalten. Aber es ist Ihnen nicht wichtig, Eindrücke und Informationen nur zu sammeln - Sie wollen sich auch mit anderen Menschen darüber austauschen. Aus diesem Grunde gehören Sie als Zwillinge-Geborener zu den kommunikativsten Tierkreiszeichen.

Die intensive Berührung, das gründliche Erfassen der Dinge mit dem Tastsinn - das entspricht der leichten und flüchtigen Art des Zwillinge-Geborenen wenig. Er liebt es spielerisch unverbindlich und möchte sich nicht allzu lange mit einer Sache aufhalten. Sein Element ist die Luft und wie die Luft möchte er zwar alles berühren, aber an nichts haften bleiben. Auch wenn Luft alles umgibt, ist sie kaum spürbar - erst wenn sie in Bewegung gerät und sie als Windhauch die Haut umschmeichelt oder als frische Brise uns Schauer über den Körper jagt. Ebenso sucht der **Zwillinge** Kontakt zu den Dingen: immer in Bewegung, immer nur für den Augenblick.

Wenn Ihnen die Energie ausgeht und Sie das Gefühl haben, neue Kraft tanken zu müssen, tut Ihnen Bewegung ganz besonders gut. Verlassen Sie Ihre vier Wände, suchen Sie ein Fleckchen Natur auf - und lassen Sie sich von Ihren Füßen einfach tragen. Folgen Sie Ihren Sinnen! Nehmen Sie einfach wahr, was um Sie herum geschieht, ohne es zu bewerten. Versuchen Sie dabei, sich auf Ihre Körperempfindungen zu konzentrieren: Spüren Sie die frische Luft, die Wärme der Sonnenstrahlen oder einen lauen Sommerregen auf Ihrer Haut und das Gras unter Ihren Füßen, während Sie gehen. Laufen Sie ruhig ein wenig, tänzeln Sie! Tun Sie alles, um Ihren Körper von aller Last und Bürde zu befreien: also weg mit Gürteln, Krawatten, Halstüchern, Ketten und Armbändern!



### Sonne in Haus 4 - Das Leben im Fluss halten

**W**as Ihre körperlichen Bedürfnisse angeht, sind Sie ganz von seinem Wunsch nach Ruhe und Besinnung geprägt. Für Sie gilt: Immer mit der Ruhe! Wenig werden Sie für Sportarten übrig haben, bei denen es um Schnelligkeit und hohen Energieaufwand geht. Lieber spüren Sie in sich hinein und suchen nach der Einheit von Körper und Seele in entspannter und zurückgezogener Atmosphäre. Das Umfeld ist dabei wichtig: keine Hektik, kein Stress, nicht zu viele Reize, die vom eigenen Innenleben ablenken. Das Fitness-Studio ist deshalb für Sie alles andere als eine Wohlfühloase - Sie ziehen die meditative Stille eines abgedunkelten Raumes oder eines abgelegenen Stück Waldes vor.

Sie benötigen Zeit für sich, um allmählich zu Ihrer inneren Mitte zu finden. Körperliche Betätigung jeder Art wird Ihnen nur dann Spaß machen, wenn sie mühelos und fließend vonstatten geht und zugleich auch Ihre seelischen Bedürfnisse berührt.

Sie scheinen prädestiniert für alle eher meditativen Techniken der Körperbeherrschung wie Qi Gong mit seinen langsamen, ineinander fließenden, runden Bewegungen. Hier können Sie den Zusammenhängen zwischen Ihrer seelischen Verfassung und den Haltungen Ihres Körpers besonders gut nachspüren.



### Mond in Stier - das Gefühl der Zugehörigkeit

**S**ie tragen den Wunsch nach Sicherheit und Halt als Grundbedürfnis in Ihrem Herzen. Was Sie sich erarbeitet und erworben haben, wollen Sie absichern. Der Widder-Mond, der Ihrem Zeichen vorangeht, wollte noch als Einzelkämpfer in die Welt aufbrechen, um sie zu erobern. Sie als Stier-Mond zählen hingegen zu den Typen, die sich wohl fühlen, wenn sie ihre Siebensachen beieinander

und ihre gewohnte Umgebung um sich haben. Sie beziehen Ihre Stärke aus dem Gefühl der Zugehörigkeit zu einer Gruppe, sei es die Familie, sei es der Freundeskreis oder der Verein. Sie brauchen den Schulterchluss mit anderen Menschen - sie brauchen die schützende Nähe und wärmende Geborgenheit der Gruppe.

Sie stärken diesen Grundimpuls in Ihrem Leben mit folgenden Farben:

Braun ist die dunkelste aller Mischfarben und erinnert uns in all seinen Schattierungen an die Erde: Ob als Bernsteinfarben, Goldbraun, Kaffeebraun, Schokoladenbraun, Lehmfarben, Ocker, Sandfarben oder Kastanienbraun - kaum eine andere Farbe weckt eine solche Vielfalt von Stimmungen. Braun bedeutet Stabilität, Sicherheit - eben den "Boden unter den Füßen haben". Braune Möbel geben einem Raum den Anstrich von Gemütlichkeit und Geborgenheit. Daneben ist Braun eine Farbe von starker sinnlicher Aufladung: Uns steigt der Duft von Gebackenem in die Nase und in Gedanken zergeht uns Schokolade auf der Zunge. Braun hat dabei etwas Herbes, aber nichts Unangenehmes. Es hat aber auch etwas Nostalgisches, ja Altmodisches: Braun ist eine schwere und unbewegliche Farbe und wirkt deshalb beständig und beruhigend in unserer schnelllebigen Zeit. Braun spiegelt das Wesen des **Stier** am besten: seine erdige Sinnlichkeit, seinen Wunsch nach Sicherheit und seine Skepsis gegenüber allem Neuen.

Grün ist die Farbe des Pflanzenreiches und überall, wo wir auf Grün stoßen, assoziieren wir das Wachstum in der Natur - vor allem im Frühling, wenn Alles wieder "grünt und blüht". Damit ist Grün die Farbe des Lebens selbst: Was grün ist, wirkt frisch, vital und gesund. Bekanntlich beruhigt Grün, denn es ist eine Farbe der Mitte, weder zu heiß noch zu kalt. Es macht ruhig, ohne zu ermüden, verspricht angenehme, belebende Erholung, wenn wir zum Beispiel "ins Grüne" fahren. Für den **Stier** ist Grün eine sehr wichtige Farbe, denn es gleicht die tendenzielle Schwerfälligkeit der Grundfarbe Braun aus und nimmt ihm das Dunkle und Dumpfe. Es verhindert, dass Braun zur Farbe des Abgestorbenen, Welken wird, sondern als Nährboden für neue Impulse und frische Ideen gesehen wird.

Das kühlende Blau schafft Distanz, denn jede Farbe wird mit zunehmender Entfernung trüber und bläulicher. Deshalb hilft Blau dem Stier, sich nicht zu sehr mit sich selbst und seinen Bedürfnissen zu identifizieren. Blau löst das Massige des Braunen bis zu einem gewissen Grad auf und schafft Raum zum Nachdenken, Luft zum Atmen. In Kombination mit Grün und Braun als Farbe der irdischen Natur ist es die Farbe des weiten Himmels über den Fluren und verleiht der Fantasie Flügel und nährt die Sehnsucht nach neuen Erkenntnissen. Dennoch ist es eine stille Farbe und stört den Wunsch nach Besinnlichkeit, wie er für den **Stier** typisch ist, nicht, sondern verleiht ihm Leichtigkeit und Freiheit vom Zwang des Materiellen. Blau ist auch die Treue - eine Tugend, die der **Stier** hoch einschätzt: Doch beweist sie sich nicht durch Besitzdenken, sondern durch das Vertrauen gegenüber dem, was man liebt, auch wenn es in der Ferne weilt.



## Mond in Haus 2 - Mit Sicherheit ein gutes Gefühl

Ihnen fehlt es oftmals an innerem Antrieb und vielfach lassen Sie sich lieber von den Stimmungen der Gruppe tragen, als selbst die Initiative zu ergreifen. Das liegt daran, dass Sie sich in Gruppen eben Ihrer Sache sicher fühlen. Deshalb ist es für Sie eine große Herausforderung, die eigene Motivation zu entwickeln und Verantwortung zu übernehmen. Um sich stark genug dafür zu fühlen, sollten Sie sich in regelmäßigen Abständen auf sich selbst besinnen. Schließen Sie die Augen, entspannen Sie sich und lauschen Sie einfach nach innen, um herauszufinden, was Sie wirklich wollen. Da Ihnen die Innenschau am besten gelingt, wenn Sie sich auf Ihren Körper besinnen, sind Meditationstechniken, die mit körperlicher Entspannung einhergehen, besonders gut geeignet. So genügt es oft schon, wenn Sie sich einfach flach auf den Boden legen (am besten unter freiem Himmel!) und alle Anspannungen in das Erdreich fließen lassen. Wie von selbst wird sich dann die innere Ruhe einstellen und Sie können sich folgende Fragen stellen:

Was brauche ich jetzt in meinem Leben wirklich? Was belastet mich zur Zeit? Wovon muss ich mich vielleicht befreien? Was könnte mir helfen, um mich von Abhängigkeiten zu befreien? Und vor allen Dingen: Was kann ich konkret als nächsten Schritt tun?



## Venus in Stier - in Gemeinschaft sein

Sie sind ein Gemeinschaftswesen und suchen den Schutz und die Geborgenheit der Gruppe, um das Leben sicherer zu gestalten und Halt zu finden. Deshalb ist Ihnen auch wichtig, die Traditionen der Gruppe, der Sie angehören, zu wahren. Sie haben einen tiefen Respekt für das, was andere vor Ihnen erreicht haben und versuchen darauf aufzubauen. Auch das, was Sie selbst im Leben erreichen, ist Ihnen viel wert. Sie versuchen allem, was Sie sich aufbauen, nicht nur Dauerhaftigkeit, sondern auch Schönheit zu verleihen, um es für die, die nach Ihnen kommen, ebenso wertvoll zumachen.

Folgende Gewürze und Tees helfen Ihnen, Ihren Umgang mit sich selbst und mit Ihrer Umwelt in Balance zu bringen:

Ginseng. Der Name Ginseng bedeutet "Menschenwurzel", wegen ihres Aussehens, das an die Gestalt eines menschlichen Körpers erinnert. Doch die Wirkung von Ginseng ist das Erstaunlichste und offenbart uns ihren wahrhaftigen Stier-Charakter: Ginseng mobilisiert unsere Abwehrkräfte und stärkt den gesamten Körper, indem er ihn fit macht gegen Stress. Bei regelmäßiger Einnahme schafft er eine Grundstimmung der Zufriedenheit und des Wohlbefindens.

Hopfen, Melisse und Baldrian. Dieses Dreigespann vertritt den beruhigenden Charakter der Stier-Qualitäten und ihre Kraft bringt gerade den von Reizüberflutung und hektischem Alltag aus dem Gleichgewicht geratenen **Stier** wieder ins Lot. Zitronenmelisse, gibt einen hervorragenden Entspannungstee. Für einen hervorragenden Schlaftee mischen Sie Baldrianwurzel mit Hopfenblüten, und trinken Sie ihn vor dem Zubettgehen. Tipp: Aus Melisse lässt sich auch ein herrliches Entspannungsbad herstellen.

Süßdolde, Süßholz und Zimt. "Süßholz raspeln" - darunter versteht man den Versuch, jemanden mit Komplimenten umzustimmen. Wenige aber wissen, dass es sich bei der holzigen Wurzel dieser Pflanze um den Grundbestandteil der allseits beliebten Lakritze handelt! Die Süßdolde hat heute nur noch in Skandinavien eine Bedeutung in der Küche. Sie wird dort vor allem zum Würzen von Kompotten eingesetzt, womit zugleich der Zuckerverbrauch reduziert wird. Im Reigen der süßen Gewürze darf natürlich Zimt nicht fehlen: Sein angenehmer und warmer Geschmack verbindet sich hervorragend mit den Erdqualitäten des Stiers.



### Venus in Haus 2 - der Platz in der Gemeinschaft

In den Themen, die Ihnen begegnen, geht es immer um die Frage: Worin besteht wirkliche Sicherheit? Sie brauchen eine Umgebung, die zum einen klar abgegrenzt ist und Ihnen so das Gefühl von Zugehörigkeit vermittelt, zum andern wollen Sie Offenheit und Austausch. Nicht immer lässt sich beides verbinden und so lernen Sie am meisten dadurch, diese beiden Pole zu vereinen. Es gibt für Sie nichts Wichtigeres als den Kontakt zur Gemeinschaft - es ist Ihnen ein echtes Bedürfnis, sich mit Freunden und überhaupt mit Menschen zu umgeben. Ein wesentliches Merkmal Ihres Zugangs zur Umwelt ist Ihr Interesse an allen Fragen der Tradition und dessen, was bleibt und von Dauer ist. Dadurch geraten Sie leicht in Verdacht, zu sehr auf Materie Wert zu legen. Dies stimmt jedoch nur bedingt: Ihnen ist es einfach wichtig im Sinne Ihres Sicherheitsbedürfnisses, dass in Ihrer Umgebung alles seinen festen und angestammten Platz hat.

Diese Obst- und Gemüsesorten sind geeignet, um Ihr Begegnungspotenzial in Harmonie mit den eigenen Bedürfnisse zu bringen:

Pfirsiche. Der Genuss beginnt schon vor dem Verzehr, denn mit seiner Samthaut, seinem intensiven Duft und seinen herrlichen Farben ist der Pfirsich ein ganz besonderer Sinneserlebnis für Auge, Nase und Berührung. Doch auch die Inhaltsstoffe sprechen für sich: Er ist ein Zellschutzwunder und hält uns fit und vital in Zeiten von Stress und Hektik. Zudem sind die leckeren Früchte wahre Jungbrunnen! Die besondere Gaumenfreude für den Stier: Pfirsich im Milchreis!

Kartoffel. Die Erdknolle, auch Erdapfel genannt, ist ein echtes Wunder-Gemüse. Kalorienarm, nährstoffreich und unübertroffen vielseitig, ist sie von unseren Tischen nicht mehr wegzudenken: ein echtes Grundnahrungsmittel! Kaum ein Mineral oder Spurenelement ist nicht in der dicken Knolle zu Hause. Kartoffeln aktivieren den gesamten Stoffwechsel, stimulieren das Wachstum der Zellen, kräftigen das Bindegewebe und sorgen nebenbei für geistige Frische. Mit Kräuterquark als Folienkartoffeln ein unvergleichlicher Genuss!

Blumenkohl. Reich an Nährstoffen und sättigend gehört der Blumenkohl inzwischen zu beliebtesten Gemüsesorten überhaupt. Reich an Biostoffen ist er doch arm an Kalorien. Sein weißer Blütenkopf ist ein regelrechter Speicher für alle möglichen Vitamine, Mineralien und Spurenelemente, von dem wir wiederum profitieren können. Genießen Sie Blumenkohl am besten pur - nur mit etwas Salz und Muskat gewürzt, vielleicht noch mit Butterflockchen und Parmesan bestreut.

## Nachwort

Sie haben jetzt nach der Lektüre einen kleinen Eindruck von den Kräften und Qualitäten bekommen, welche eine Balance zwischen den eigenen Bedürfnissen und den Anforderungen der Umwelt ausmachen - und genau dies ist mit Wellness gemeint. Wenn diese Texte Sie neugierig gemacht haben, noch tiefer einzusteigen und mehr Details und Aspekte über Ihren "Wellness"-Typ zu erfahren, steht Ihnen eine ausführliche Langversion von ca. 30 - 40 Seiten Text zur Verfügung, die Ihr Horoskop in allen Einzelheiten danach untersucht und viele weitere Tipps und Hinweise für mehr Wohlbefinden enthält.